

4月給食だより

平成 26 年 4 月 7 日
練馬区立開進第四小学校
校長 中村 隆

入学・進級おめでとうございます。

うらかな季節の中、新学期を迎えました。子供たちにとって入学・進級はひとつの節目でもあり、新しい体験の連続です。学校生活に慣れるまで多少のストレスもありますので、ご家庭での食事は栄養バランスの良い内容を心がけ、体調を整えましょう。

学校給食では、子供たちの成長発達を考慮した内容で、安全でおいしい給食の提供に努めてまいります。よろしくお願いいたします。



《おねがい》

*きれいなナプキン・ハンカチの準備をお願いします

給食では、机の上にナプキンを敷き、その上に食器を置いて食事をします。また、給食当番の児童は、週末に白衣・ぼうし（クラスに 1 人(2 人)はワゴンカバー）を持ち帰りますので、洗濯・アイロンをして週明けに持たせてください。マスクも忘れることのないようにお願いします。

*食事のマナーを話してください

①食前の手洗い

②あいさつ「いただきます」「ごちそうさま」は感謝の気持ちをこめる

③良い姿勢

姿勢を正す、口に入れたまま話さない、立ち歩かない、時間を守るなど

④箸を正しく持つ

⑤お手伝い 準備・後片付けなど

*家庭でも、いろいろな食べ物にチャレンジ

毎日の給食では、旬の野菜・魚・果物などさまざまな食材を取り入れた献立が出ます。好き嫌いせずしっかり食べられるように、ご家庭でも取り組んでください。



給食費について

練馬区の給食費は、消費税の引き上げ等により今年度より、低学年 238 円、中学年 252 円、高学年 271 円と改定しました。この金額は全て食材料の購入にあてられます。

徴収方法：西京信用金庫 氷川台支店の口座より自動的に引き落としします。5 月、6 月、9 月、11 月、1 月、2 月に、2 ヶ月分ずつの引き落としです。詳しくは、またご連絡しますが、事前に入金のご確認をお願いします。

精算・返金：事前の申し出（転入・転出、長期欠席、病欠など）があり、発注が変更できる日から日割りで計算します。

☆ 4月の献立から☆

◆桜ごはん（8 日）：桜の花の塩漬けを使った 4 月ならではのメニューです。

◆カレーライス（14 日）：14 日から新 1 年生の給食が始まります。

初めての給食でも配膳しやすいよう、みんなの大好きなカレーにしました。

◆赤飯（21 日）：開四小のみなさんの入学・進級を祝って、赤飯を出します。

◆新じゃがのそぼろ煮（11 日）：今が旬の新じゃがいもを使います。

◆たけのこごはん（25 日）：春に旬を迎えるたけのこをたっぷり使った混ぜご飯です。春の味覚を味わってくださいね。

◆いかなごのくぎ煮（11 日）：神戸や淡路では春の風物詩のいかなご漁。

◆春野菜のかき揚げ（22 日）：新玉ねぎやふきのとうなど春の野菜を使ったかき揚げです。



給食に毎日出る「牛乳」

給食に使用している牛乳は、東京都教育委員会からの指定業者「協同乳業」において成分調整しています。放射性物質の自主検査も月 1 回程度行われています。



牛乳のヒ・ミ・ツ

牛乳には、日本人に不足しがちなカルシウムをはじめ、良質のたんぱく質や脂質、糖質、ビタミンなどが含まれているよ。

効果

- ★骨や歯を丈夫にする
- ★高血圧を予防する
- ★不眠やイライラを解消する



今年度は、調理員 5 名と栄養士 1 名の計 6 名で約 570 食の給食を作ります。

子供たちのために安全でおいしい給食を、心をこめて作ります。

よろしくお願いいたします。

